

## Til elever på vg 2- trinnet på Steinkjer vgs og foresatte

### Vaksine mot smittsom hjernehinnebetennelse

Alle elever som går vg 2 ved Steinkjer vgs får tilbud om vaksine mot smittsom hjernehinnebetennelse. Les informasjon nedenfor om sykdommen, og hvorfor vaksine anbefales i denne aldersgruppen. Hvis du har tatt den før, trenger du ikke ta den en gang til.

Skolehelsetjenesten gir tilbud om vaksiner med Nimerix® (meningokokk A, C, W og Y) til ungdommer som går vg 2 ved de videregående skolene i kommunen. Vaksinen dekkes av Trøndelag fylkeskommune og Steinkjer kommune og er gratis for eleven.

### Bindende påmelding innen fredag 15. januar på klasseliste til kontaktlærer.

På Steinkjer vgs blir det vaksiner i februar/mars, egen plan for dette kommer senere.

Det er viktig at du er frisk når du tar vaksinen. Hvis du bruker medisiner eller har kjente sykdommer er det viktig at du avklarer med helsesykepleier eller fastlege om vaksinen kan tas på forhånd.

### Hilsen

**Kjersti Solberg**  
**Helsesykepleier**  
**Tlf 90 15 98 11**  
Helsestasjon og skolehelsetjenesten  
Tjenesteenhet Barn og familie  
Steinkjer kommune

**Janne Bache**  
**Helsesykepleier**  
**Tlf 94 17 22 45**  
Helsestasjon og skolehelsetjenesten  
Tjenesteenhet Barn og familie  
Steinkjer kommune

## UNGDOM 16–19 ÅR

# Informasjon om smittsom hjernehinnebetennelse

### Hva er smittsom hjernehinnebetennelse (meningokokksykdom)?

Sykdommen skyldes meningokokkbakterier og smitter via spytt. De vanligste sykdomsfremkallende meningokokkbakteriene kalles A, C, W, Y og B. Friske personer kan ha meningokokker i halsen uten å bli syke, men de kan smitte andre. Hos enkelte smittede kan bakteriene finne veien til hinnene rundt hjernen og gi hjernehinnebetennelse. Andre ganger kan bakteriene formere seg i blodet (blodforgiftning) og skade viktige organer. Sykdommen utvikler seg ofte raskt, og rundt 10 % av de som får sykdommen dør.

### Hvorfor er ungdom spesielt utsatt?

Friske ungdommer har oftere meningokokker i halsen enn andre. I tillegg deltar de i aktiviteter som øker risikoen for smitte og for å bli alvorlig syke, for eksempel tett samvær med andre ungdommer over flere dager, festing, høyt alkoholforbruk, deling av flasker og sigaretter, aktiv eller passiv røyking og lite søvn. I Norge gjelder dette spesielt russefeiring, men kan også være aktuelt ved festivaler, idrettssamlinger, ungdomsleir o.l.

### Hvordan kan man beskytte seg?

Risikoen for å utvikle meningokokksykdom er lavere hvis du ikke deler flasker og glass med andre, får nok søvn, har et lavt alkoholforbruk og unngår røyking. Siden sykdommen utvikler seg raskt er det svært viktig å komme tidlig til sykehus. Fyllesyke, utmattelse og meningokokksykdom kan likne på hverandre. Pass på hverandre og ta kontakt med helsepersonell dersom du tror noen av vennene dine kan være syke, særlig hvis de har nedsatt bevissthet.

Det er også mulig å vaksinere seg mot meningokokksykdom. Folkehelseinstituttet anbefaler at ungdom i alderen 16–19 år som deltar i aktiviteter som beskrevet ovenfor vaksinere seg mot meningokokksykdom. Anbefalingen gjelder også yngre og eldre ungdommer.

Det fins to ulike typer vaksiner. Kombinasjonsvaksine mot meningokokk gruppe A, C, W og Y (Menveo eller Nimenrix) beskytter mot alle disse fire gruppene av meningokokkbakterier. Meningokokk-typene C og Y har stått for de fleste tilfellene av meningokokksykdom i denne aldersgruppen de senere årene. Kombinasjonsvaksinene mot gruppe A, C, W og Y vil gi bredest dekning i denne aldersgruppen. Derfor er det denne vaksintypen som primært anbefales.

Vaksine mot meningokokk gruppe B (Bexsero eller Trumenba) er også tilgjengelig. Hvis man ønsker beskyttelse mot alle gruppene av meningokokkbakterien som sirkulerer i Norge må man vaksinere seg med denne vaksintypen i tillegg. Det har ikke vært tilfeller forårsaket av meningokokk gruppe B hos 16–19 åringer de siste fem årene.

### Når bør eventuell vaksine tas?

Vaksinasjon mot meningokokk A, C, W og Y består av en dose. Vaksinasjon mot meningokokk B består av to doser med minst 1 eller 6 måneders mellomrom avhengig av vaksinepreparat. Ungdom som vil vaksinere seg før russefeiring bør vaksinere seg i god tid før feiringen begynner. Etter gjennomført vaksinasjon tar det omtrent to uker før vaksinen gir beskyttelse. Beskyttelsen varer i ca. 5 år (ca. 10 år for Nimenrix), slik at vaksinasjon tidlig i videregående skole vil gi beskyttelse i russetiden og ved reiser senere i ungdomstiden. Som ved annen vaksinasjon kan disse gi kortvarige bivirkninger hos noen. De vanligste bivirkningene er rødhet og ømhet på stikkstedet og uvelfølelse med hodepine eller kvalme.

### Hva koster vaksinene?

Vaksinen dekkes av Trøndelag fylkeskommune og Steinkjer kommune, og er gratis for eleven.